

Universidad Nacional Autónoma de México
Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades
Secretaría Académica
Departamento de Educación Física
Elementos de la Expresión Corporal

Instrucciones: Observa con atención las descripciones de movimiento y arrastra cada una al elemento de la expresión corporal que le corresponda (pueden ser dos descripciones en cada elemento). Puedes intentar varias veces hasta completar la actividad.

Espacio



Realizar movimientos lentos y continuos, con pausas prolongadas.

Tiempo



Ejecutar movimientos fuertes y tensos que expresan enojo.

Ritmo



Desplazarse libremente por el área, acercándose y alejándose de otras personas.

Energía



Repetir una secuencia corporal siguiendo un patrón constante.

Espacio



Accelerar y desacelerar el movimiento de forma intencional.

Tiempo



Moverse de manera suave y ligera, transmitiendo tranquilidad.

Ritmo



Coordinar movimientos con una base musical marcada.

Energía



Utilizar niveles alto, medio y bajo durante una secuencia de movimiento.

(Barba, 2025)
Imágenes de Pixabay.com